

ΜΑΡΙΑ ΕΛΕΝΗ ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΥ

Ονομάζομαι Μαρία - Ελένη Γιαννακοπούλου και είμαι απόφοιτη του τμήματος Διατροφής και Διαιτολογίας του Αλεξάνδρειου Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος Θεσσαλονίκης. Γνωρίζω άπταιστα Αγγλικά και Γαλλικά και έχω πολύ καλή γνώση Ιταλικών. Έχω παρακολουθήσει σεμινάρια για την Υγιεινή & την Ασφάλεια Τροφίμων και έχω εργαστεί ως υπεύθυνη τροφίμων σε βιομηχανία παρασκευής ειδικών τροφίμων.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ

- Όνομα**
ΜΑΡΙΑ ΕΛΕΝΗ
ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΥ
- Διεύθυνση**
Κασσάνδρου
54633 Θεσσαλονίκη
- Αριθμός τηλεφώνου**
6900000000
- Διεύθυνση Ηλεκτρονικού Ταχυδρομείου**
paradeigma@cvmaker.com.gr
- Ημερομηνία Γέννησης**
30-01-1990
- Τόπος Γέννησης**
Θεσσαλονίκη
- Φύλο**
Γυναίκα
- Εθνικότητα**
Ελληνίδα
- Οικογενειακή Κατάσταση**
Ανύπαντρη
- Δίπλωμα Οδήγησης**
B

ΓΛΩΣΣΕΣ

- Αγγλικά ★★★★★
- Γαλλικά ★★★★★
- Ιταλικά ★★★

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

- Ανάληψη Πρωτοβουλιών
- Δεξιότητες Οργάνωσης
- Κριτική Σκέψη
- Διαχείριση Χρόνου
- Επικοινωνιακές Δεξιότητες

ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

- Διατροφή
- Μαγειρική
- Γυμναστήριο
- Γιόγκα
- Πεζοπορία
- Κινηματογράφος



ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΣΟΝΤΑ

Φεβ 2010 - Φεβ 2014

Τμήμα Διατροφής και Διαιτολογίας

Αλεξάνδρειο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη

Εξέταση της θρεπτικής αξίας των τροφίμων.

Κατάρτιση επικέτας με πληροφορίες για τα περιεχόμενα θρεπτικά συστατικά και την κάλυψη των ημερησίων αναγκών από αυτά. Έλεγχος της θρεπτικής τους αξίας με βάση τα αναλυτικά στοιχεία που παρέχονται από τους αρμόδιους επιστήμονες.

Κατάρτιση διαιτολογίου και επίβλεψη παρασκευής γευμάτων για ασθενείς, σύμφωνα με τις θεραπευτικές τους ανάγκες που καθορίζονται από τον θεράποντα ιατρό.

Συμμετοχή στην κατάρτιση προδιαγραφών παρασκευής νέων προϊόντων.

Σχεδιασμός για την παραγωγή ειδικών τροφίμων, παιδικές τροφές, για διαβητικούς κ.λ.π.

Κατάρτιση Γενικών και Ειδικών Διαιτολογίων και επίβλεψη της εφαρμογής τους.

Κατάρτιση προγράμματος προμηθειών, κατάρτιση μενού ή εβδομαδιαίου διαιτολογίου.

Ανάληψη της υπευθυνότητας και επίβλεψη της μαζικής παραγωγής γευμάτων.

Σεπ 2006 - Σεπ 2009

Απόφοιτη Λυκείου

Γενικό Λύκειο Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη



ΕΡΓΑΣΙΑΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

Σεπ 2019 - Μάι 2022

Υπεύθυνη Τροφίμων

Βιομηχανία Παρασκευής Ειδικών Τροφίμων, Θεσσαλονίκη

Εξέταση της θρεπτικής αξίας των τροφίμων.

Σχεδιασμός για την παραγωγή ειδικών τροφίμων.

Κατάρτιση επικέτας με πληροφορίες για τα περιεχόμενα θρεπτικά συστατικά και την κάλυψη των ημερησίων αναγκών από αυτά.

Κατάρτιση προδιαγραφών παρασκευής νέων προϊόντων.

Σεπ 2016 - Σεπ 2019

Υπάλληλος Γραφείου

Κέντρο Αδυνατίσματος, Θεσσαλονίκη

Γραμματειακή υποστήριξη, καθορισμός γενικών και ειδικών διαιτολογίων και παρακολούθηση της εφαρμογής τους.

Σεπ 2013 - Φεβ 2014

Πρακτική Άσκηση

Φοιτητική Λέσχη, Θεσσαλονίκη

Κατάρτιση προγράμματος προμηθειών

Κατάρτιση μενού και εβδομαδιαίου διαιτολογίου

Παρακολούθηση εφαρμογών και αξιολόγηση αποτελεσμάτων



ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Microsoft Office



Microsoft Windows 10



Έρευνα στο Διαδίκτυο



ΜΑΘΗΜΑΤΑ



Σεπ 2016 - Σεπ
2017

Υγιεινή & Ασφάλεια Τροφίμων

Έννοιες, ορισμοί, ορολογία και νομοθετικό πλαίσιο υγιεινής & ασφάλειας τροφίμων

Προϋποθέσεις εγκατάστασης του συστήματος H.A.C.C.P. από την επιχείρηση

Αναγκαιότητα εγκατάστασης του συστήματος στις εταιρίες τροφίμων και ποτών

Οργανισμοί πιστοποίησης

Ανάλυση αρχών H.A.C.C.P.

Έλεγχος εγγράφων, επικοινωνία και διαχείριση κρίσεων, ιχνηλασιμότητα, εκπαίδευση, εσωτερικές επιθεωρήσεις

Ανάλυση επικινδυνότητας

Ανάλυση και έλεγχος ποιότητας, κρίσιμα σημεία ελέγχου, επαλήθευση και επικύρωση

Παρακολούθηση και διορθωτικές ενέργειες

Αρχές εσωτερικής επιθεώρησης

Μεθοδολογία διενέργειας εσωτερικής επιθεώρησης

Αναφορά εσωτερικής επιθεώρησης, συμπλήρωση εντύπων & αναφοράς μη συμμόρφωσης, διανομή αποτελεσμάτων επιθεώρησης



ΑΝΑΦΟΡΕΣ

Συστάσεις διαθέσιμες κατόπιν αιτήματος.